

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 «Теремок»

Принята
на заседании
педагогического совета
МДОУ д/с № 4 «Теремок»
Протокол № 1 от 31.08.2021г.

«Утверждаю»
Заведующий
МДОУ д/с № 4 «Теремок»
_____ Калинина Т.В.
Пр. №2 от 1.09.2021г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ШКОЛА МЯЧА»**

ID программы: 1807

**Направленность программы: физкультурно-
спортивная**

Уровень программы: ознакомительный

Категория и возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок освоения программы: 1 год

Объем часов: 32

**Разработчик программы: Элянова Е.С.,
воспитатель высшей кв.категории**

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

1.1 Общая характеристика программы. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением правительства Российской Федерации № 1726-р от 04 сентября 2014г.

Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 №196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

«Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)». Письмо Министерства образования и науки от 18.11.2015г. РФ N 09-3242.

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р).

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Будь здоров!» по целевой направленности физкультурно-спортивная, призвана решить в процессе реализации многие педагогические, социальные и оздоровительные задачи и нацелена на укрепление здоровья воспитанников через организацию подвижных игр.

Актуальность программы

Разработки физическом и умственном воспитании детей дошкольного возраста при создании здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Основная направленность программы «Будь здоров» - сохранение и укрепление здоровья детей.

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье — естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений; состояние полного телесного, душевного и социального благополучия.

Роль движения для развития психики и интеллекта чрезвычайно велики. Установленный факт, что у дошкольника высокая потребность в движениях, которые для него так же необходимы, как потребность в пище и еде. От степени удовлетворения потребности ребёнка в движении во многом зависит его

физическое и общее развитие, интерес к знаниям. По этому, прежде чем усаживать ребёнка за стол читать и писать, необходимо убедиться, что он достаточно перед этим двигался. В противном случае занятия не дадут нужного результата и вызовут переутомление.

Так как игра в детском возрасте является ведущим видом деятельности, то именно она будет ведущей формой организации занятия кружка. Игры с разнообразным сюжетом и разной подвижности помогут развиваться дошкольнику

и дадут возможность повысить интерес к двигательной активности, а так же реализовать естественную потребность в движении. Занятия кружка «Будь здоров!» будут проходить в просторном проветриваемом зале, где достаточно место для движения. В течение занятия дети научатся играть в новые и повторят старые, любимые игры. Музыка, единый сюжет, сюрпризный момент позволят создать весёлое настроение, снять напряжение и скованность застенчивых детей. Интенсивность и продолжительность нагрузки будет дозированной, по - этому, у ребёнка не возникнет признаков переутомления. Дети смогут понять того, кто рядом, согласовывать свои действия с их действиями, проявлять сочувствие, поддержку.

Отличительная особенность программы

Здоровье – это базовая ценность и необходимое условие полноценного психического, физического и социального развития ребенка. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем. Полноценное физическое развитие дошкольника – это правильное и своевременное формирование приобретение опытной двигательной деятельности, развитие интереса к различным доступным ребенку видам движений, воспитание положительных нравственно – волевых черт личности. Успешное решение этой задачи возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания, природных факторов, гигиенических мероприятий, физических упражнений.

Необходимость физического воспитания и развития детей, укрепление их здоровья диктуется тем, что с развитием двигательной сферы связаны особенности жизненного тонуса ребенка, энергетическое обеспечение организма и всех его систем, характер доминирующего настроения. Овладения движениями это появление у ребенка возможности испытать «мышечную радость». Поэтому так важно удовлетворить потребность ребенка в движении.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Будь здоров!» предназначена для детей 5-6 лет (старшая группа) и рассчитана на один учебный год. Набор в детское объединение осуществляется без специальной подготовки, от дошкольников не требуется специальных знаний и умений.

Срок освоения

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Реализация программы рассчитана на 32 недели в учебном году, и включает в себя 1 период непосредственной образовательной деятельности в неделю. Длительность одного периода НОД в группе 5-6 лет – 30 мин. Кружковая работа по данной программе проходит один раз в неделю, во второй половине дня. Рабочая программа представлена в виде календарно-тематического планирования с использованием следующих образовательных областей:

- Физическое развитие;
- Социально – коммуникативное развитие;
- Познавательное развитие;
- Речевое развитие;

Форма обучения очная

Уровень программы стартовый (ознакомительный)

Особенности организации образовательного процесса фронтальная

Данная образовательная программа разработана с учетом современных педагогических технологий:

- технологии развивающего обучения, заключающиеся в ориентации учебного процесса на потенциальные возможности обучающихся и их реализацию;
- здоровьесберегающие технологии–это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью обучающихся;
- групповые взаимопонимание, взаимопомощь;
- игровые двигательные навыки и умения помогающие дошкольникам в процессе игры научиться принимать решения).

Форма занятий:

- сюжетные;
- игровые;
- музыкально – ритмические;
- интегрированные.

Формы и методы:

- Словесные – объяснение;
- Наглядные – показ способа выполнения;
- Практические – упражнения, игра.

Режим занятий–1 раз в неделю по 1 академическому часу (30 минут)

1.2 Цель программы: Содействие всестороннему развитию и укреплению здоровья детей по средствам подвижных игр, **Задачи программы:**

1. Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

2. Содействовать укреплению здоровья, разностороннему физическому развитию воспитанников.
3. Прививать любовь к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
4. Воспитывать и развивать организаторские навыки у воспитанников, самоконтроль и самооценку.
5. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной активности.
6. Формировать единый подход воспитателей и родителей к методам физического развития, детей в детском саду и дома.

1.3 Объем программы 32 часа.

1.4 Содержание программы

- 1 раздел «Учись ловить мяч»
- 2 раздел «Передача мяча»
- 3 раздел «Ведение мяча»
- 4 раздел «Передача и ведение мяча»
- 5 раздел «Передача, ведение и ловля мяча»
- 6 раздел «Действия с мячом в движении»

1.5 Планируемые результаты:

- дети овладеют мячом на достойно высоком уровне;
- освоят технику игры в баскетбол;
- сформируются простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом;
- разовьется уровень физической подготовленности;
- разовьются организаторские навыки, самоконтроль и самооценка;
- расширятся знания о новых играх, названиях упражнений, находчивость, познавательная активность.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Учебный план.

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/ текущего контроля
		всего	в том числе		
			теоретическое занятия	практические занятия	
1.	Вводное занятие Диагностика физического развития, игры на сплочение	3			Текущий контроль, наблюдение
2.	«Учись ловить мяч»	5			Активное участие в

					играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
3.	«Передача мяча»	5			Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
4.	«Ведение мяча»	5			Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
5.	«Передача и ведение мяча»	4			Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
6.	«Передача, ведение и ловля мяча»	4			Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
7.	«Действия с мячом в движении»	5			Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
8.	Итоговое занятие	1			Текущий контроль, наблюдение
Итого объем программы		32			

2.2 Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Неделя	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Место проведения	Форма контроля
1	Октябрь	04.10. – 8.10.2021	«Знакомство с игрой баскетбол» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 36	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Текущий контроль, наблюдение
2	Октябрь	11.10. – 15.10.2021	«Техника ведения мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 38	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
3	Октябрь	11.10. – 15.10.2021	«Дружеские взаимоотношения в игре»	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный	Активное участие в играх.

			«Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 42			зал	Обсуждение итогов игры, самоанализ
4	Октябрь	25.10. – 29.10.2021	«Реагируем на сигнал» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 44	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
5	Ноябрь	08.11. – 12.11.2021	«Научусь ловить мяч» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 41	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
6	Ноябрь	15.11. – 19.11.2021	«Учусь ловить мяч» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 50	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
7	Ноябрь	22.11. – 26.11.2021	«Развиваем координацию» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 56	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
8	Декабрь	29.11. – 3.12.2021	«Передача мяча» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 44	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
9	Декабрь	06.12. – 10.12.2021	«Передача мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 58	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
10	Декабрь	13.12. – 14.12.2021	«Научусь ловить мяч» «Школа мяча», Н.	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный	Активное участие в играх.

			И. Николаева стр. 60			зал	Обсуждение итогов игры, самоанализ
11	Декабрь	20.12. – 24.12.2021	«Совершенствуем навык» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 63	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
12	Декабрь	27.12. – 31.12.2021	«Ведение мяча» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 43	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
13	Январь	10.01. – 14.01.2022	«Ведение мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 64	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
14	Январь	17.01. – 21.01.2022	«Ведение мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 65	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
15	Январь	24.01. – 28.01.2022	«Реагируем на сигнал» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 48	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
16	Февраль	31.01. – 04.02.2022	«Ведение мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 66	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
17	Февраль	07.02. – 11.02.2022	«Ведение мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный	Активное участие в играх.

			стр. 68			зал	Обсуждение итогов игры, самоанализ
18	Февраль	14.02. – 18.02.2022	«Передача и ведение мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 71	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
19	Февраль	21.02. – 25.02.2022	«Развиваем выдержку» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 45	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
20	Март	28.02. – 04.03.2022	«Ведение правой рукой» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 73	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
21	Март	07.03. – 11.03.2022	«Ловля и передача мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 74	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
22	Март	14.03. – 18.03.2022	«Передай мяч в движении» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 47	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
23	Март	21.03. – 25.03.2022	«Передача и ведение мяча» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 49	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
24	Март	28.03. – 01.04.2022	«Передача, ведение и ловля мяча»	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх.

			«Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 78			зал	Обсуждение итогов игры, самоанализ
25	Апрель	28.02. – 04.03.2022	«Закрепляем навыки ведения мяча» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене Стр. 50	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
26	Апрель	07.03. – 11.03.2022	«Передача и ловля мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 80	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
27	Апрель	14.03. – 18.03.2022	«Бросание и ловля мяча» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 81	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
28	Апрель	21.03. – 25.03.2022	«Действия с мячом в движении» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 53	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
29	Май	02.05. – 06.05.2022	«Упражняемся с мячом» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 83	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
30	Май	09. 05.– 13.05.2022	«творческие действия с мячом» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 85	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ

31	Май	16.05. – 20.05.2022	«Формируем навык» «Баскетбол для дошкольников», Э. Й. Адашкявичене стр. 53	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Активное участие в играх. Обсуждение итогов игры, самоанализ
32	Май	23.05. – 27.05.2022	«Коллективная игра» «Школа мяча», Н. И. Николаева стр. 46	групповая	1	МДОУ №4 «Теремок» спортивный зал	Текущий контроль, наблюдение

Используемая технология: игровая, здоровьесберегающая.

2.4 Условия реализации

Материально техническая база Физкультурный зал. Спортивное оборудование: мячи разных размеров, обручи, кегли, скакалки, султанчики, гимнастические палки, ленты; магнитофон.

Информационно – методическое обеспечение.

- дополнительная общеразвивающая программа «Будь здоров!»;
- методические пособия;
- конспекты занятий;
- литература: для педагога, для родителей

Особые условия:

Для занятия детям необходима физкультурная форма: шорты, футболка, чешки, носки.

Дети должны относиться к основной или подготовительной группам занятия физической культуры.

У ребёнка должна быть медицинская справка подтверждающая отсутствие противопоказаний для занятий физкультурой. **Кадровое обеспечение:** Элянова Е.С., воспитатель высшей кв.к.

2.5 Формы порядок текущего контроля

Вводный (первичный) и итоговый контроль проводится на первом и последнем занятиях с целью выявления физического и социального уровня детей, их способностей. Осуществляется в форме наблюдения. Итогом реализации программы является мониторинг общих показателей.

2.6 Оценочные материалы

Мониторинг усвоения детьми программы кружка проводится 2 раза в год.

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом проводятся по критериям, предложенным Николовой Н.И. («Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом»).

Критерии оценки выполнения:

- 3 балла – правильное выполнение движений, навык сформирован и автоматизирован;
- 2 балла – неправильное выполнение после третьего движения, есть отдельные изолированные движения, но навык не автоматизирован;
- 1 балл – ребёнок не может выполнить задание уже на втором движении;
- 0 баллов – отказ от выполнения движения.

Высокий уровень – от 16 до 18 баллов.

Средний уровень – от 10 до 12 балла.

Низкий уровень – от 0 до 9 баллов.

2.7 Методические материалы

Методы обучения

- Словесный метод. (объяснение, показ, указания; подача команд, распоряжений, сигналов; вопросы к детям; образный сюжетный рассказ, беседа; словесная инструкция).
- Практический метод. (повторение упражнения без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме).
- Интегрированный метод. Использование интегрированного метода развивает потенциал воспитанников, побуждает к активному познанию окружающей действительности, осмыслению и нахождению причинно-следственных связей, развитию логики, мышления, коммуникативных способностей.
- Метод мотивации и стимулирования. Развития у детей первичных представлений и приобретения детьми опыта поведения и деятельности (образовательные ситуации, игры, соревнования, состязания и др. (предвосхищение, оценка, рассказ взрослого, пояснение, разъяснение, обсуждение, рассматривание и обсуждение, наблюдение и др.).
- Проблемно-поисковый метод. Метод круговой тренировки. Заключается в том, что ребенок передвигается по заданному кругу, выполняя определенные упражнения или задания, позволяющие разносторонне воздействовать на мышцы, различные органы и системы организма.
- Игровой метод. Игровой метод дает возможность совершенствования двигательных навыков, самостоятельных действий, проявление самостоятельности и творчества. Развивают познавательные способности, морально-волевые качества, формируют поведение ребенка.
- Соревновательный метод. Способствует практическому освоению действий физических упражнений.
- Для сплочения коллектива используются групповые методы, а для утверждения личностных качеств-индивидуальные.

Формы обучения

-физкультурные занятия (комбинированные, сюжетные, игровые, тренировочные, интегрированные, физкультурно-познавательные, тематические, контрольные, нетрадиционные).

Структура занятия

1. вводная часть (разные виды ходьбы и бега, строевые упражнения, перестроение.).
2. основная часть (музыкально – ритмические движения, упражнения с мячом).
3. заключительная часть (упражнения на расслабление мышц, на дыхание, рефлексия, спокойная ходьба, игры малой подвижности.).

2.8 Литература:

1. Адашкявичине, Э.Й. Баскетбол для дошкольников/ Э.Й. Адашкявичине М.: Просвещение, 1983г.
2. Волошина, Л.М. Играйте на здоровье/ Л.М. Волошина, М.: Москва «Аркти».
3. Николаева, Н.И. Школа мяча/ Н.И. Николаева, СП. «Детство - Пресс» 2008 г.
4. Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду/ Осокина Т.И. М.: Просвещение 1986 г.
5. Сочеванова, Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет/ Е. А. Сочеванова.- «Детство-пресс», 2009г.
6. Хабарова, Т.В. Развитие двигательных способностей старших дошкольников/ Т.В. Хабарова. - издательство «Детство-пресс», 2010.